

我和我的小伙伴一行四人组成了“西游朝圣团”，三女一男的组合，A总和林教授是新婚不久的夫妇，默契十足，我和阿绿是职场解意，丝毫不以当灯泡为耻，心理素质超赞的优质闺蜜。A总四年就手捧《Lonely Planet》(被旅行者称为“自助旅行圣经”，编者注)杀到印度，这次当仁不让继续成为Leader，负责制订我们全部的行程路线、食宿安排。Team中唯一的壮丁林教授是保镖侍卫，负责拎行李等一系列粗重活。阿绿和我是每天坐等领零花钱的甩手掌柜，再具体一些分工是，段子女王阿绿负责每天挖掘笑点、找乐子，我负责捧场点赞撒花。

废墟上的圣境 (之二)

安意如

我们实际行走的经验来说，实在没有那么危机四伏。入夜之后不要乱逛，不去肾上腺素过高的场合(想艳遇的另当别论)，旅途中着装简素，以低调便利为主，不炫富，不佩戴华丽昂贵的首饰，随和安分，保持适度的警惕，不占便宜的心理，是放诸四海皆准的道理。其他的，就随遇而安，交给上天吧。

当飞机穿越薄雾，降落在德里机场，这国度初初落在眼底，是那样不修边幅。我知道，必须以清醒愉悦的觉知力去完成整个旅程。如印度教的箴言所说：“无论你遇见谁，他都是对的人。无论发生什么事，那都是唯一会发生的事。不管事情开始于哪个时刻，都是对的时刻。已经结束的，已经结束了。”

这段话，流传甚广，细思之，却非暖身一时的心灵鸡汤，我相信，它源自真正的智者，是释然和通达的明证。若没有爱，没有平静的接纳，平和的相待，喜悦的认知，是无法达到这样睿智清明的。

这种神奇的国度，如恒河那样源远流长，而它遭遇和承担的劫难，亦如佛经中所言的无量劫。佛说忍辱波罗蜜，很多人误以为能够习惯和忍受屈辱，是逆来顺受不做抗争的意思，殊不知，忍辱的真意是顺引，是不怒地解决问题，这层深意，是印度让我体会更深——圣雄甘地的“非暴力不合作”思想，也许只有在这里才得以诞生和践行。

步步行来，它的隐忍和从容实非简单的言语可以道断。自然，它的粗粝和矛盾也显而易见。时至今日，种姓制度对印度的影响依然存在，甚至可说是根深蒂固，司机和侍者自有其活动的范围和规律，无论怎么邀约，没有一个司机会选择和我们同桌进餐，仿佛是约定俗成的规矩。

这国家叫人深觉错乱及魔幻，电视里的印度永远是一尘不染，鸟语花香，广告中的吃穿用度都与世界接轨，欧美同步，电视外的印度却曝土扬尘，处处疮痍……屏幕上的男女衣冠楚楚，明艳照人，欢歌曼舞，屏幕下的民众却衣着陈旧，面容沧桑。通常，酒店里是九重天界，歌舞升平，酒店外

是惨淡人间。这对比的激烈，令我震撼，久久不能释然。印度直如梵天法力所造的幻境，叫人无计可施，无迹可寻。

以我游客的身份，肤浅的眼光掠过印度，很难切入这古老社会的肌理，对我而言，它是一个隐藏着深刻秘密的老人。

我只是不知，印度人民关上电视，走出门外，心中是否有落差？若有，又该如何平复？

我笑说，在印度当富豪是憋屈的，即使你能将自己的生活环境营建得跟皇宫一样，出得门去，吸的是同样污浊的空气，走的是同样颠簸的道路。

以上往常谈到“智商”、“情商”，而今又多了一个新名词，“健商”。何谓“健商”，是指一个人的健康智慧以及对健康的态度。国家卫计委日前发布的一项最新报告显示，我国国人的“健商”较低，每100位15至69岁人中，只有8.8人具有基本的健康素养。人生的警钟，仿佛在国人耳边敲响！

要提高健商，首先要把学习健康知识放到首位，多看健康类书报，多收看健康频道，变“知之不多”为“知之甚多”，真正认识到健康的重要性，增强自觉性，克服盲目性。其次要制订一份人生的健康计划，从心态到饮食，从体锻到习惯，从睡眠到兴趣爱好，都要从健康出发，作出具体安排，哪些该做的，哪些不该做。计划不能光挂在嘴上，要付诸实践，做到条条落实。再次对体检报告要高度重视，对出现的异常数据与情况，要听从专业医务人员的分析和建议，科学应对，通过调整生活方式，扭转不良倾向。俗话说：“千里长堤可溃于蚁穴”，如忽视健康小问题，任其发展，生命之舟也会在阴沟里折翻。

提高“健商”

祝天泽

我的母亲黄希萍在她学生时代走上了革命道路，她先后在新四军苏中军区卫生部和中国人民解放军第三野战军医院任军医。在淮海战役、渡江战役中，她不畏艰险，勇敢救治伤病员，多次荣立军功。解放后母亲长期在上海卫生战线上努力工作，任劳任怨，默默奉献。在我年少的记忆中，母亲一直是一位英姿飒爽的女性。她衣着整洁，谈吐得体，配上高挑的身材和爽利的眼神，让人由衷地会产生一种钦佩与依恋。母亲为人热情，乐于助人。早年我随父母回乡探望祖母，乡亲们听说学医的母亲来了，来求医的人从早排到晚，那种络绎不绝的殷切之情让人难忘。除了对母亲医术的信任，我想，也是因为母亲看病时那种干练负责的态度，给人留下了深刻印象吧。

命运压在母亲身上的苦难，一直是不曾放松的——早年她离开家乡，怀着一腔热情投奔革命，经历的是风餐露宿和枪林弹雨的战争磨难；人到中年遭遇“文革”，我父亲遭受了不公的批判与关押，是母亲用孱弱的肩膀支撑起了这三代同堂的一大家子人；即便到了暮

长忆慈母情

翔燕

多年未去绍兴了，这次去小游两天。我们住在邻近鲁迅故居的咸亨酒店，客房墙上挂着放大的鲁迅手稿《藤野先生》，长桌上竖着一排有关鲁迅和绍兴的图书，鲁迅文化跃入眼帘伸手可及。在酒店客房部的隔壁，是三味书屋毗临小河，有石桥相通，站在石桥上能看到小河中停泊的乌篷船，还有戴着毡帽的船老大在悠然划桨，把狭窄的水面划出了悠长的风情。

距三味书屋不远，就是鲁迅纪念馆，馆内有许广平写给亡夫鲁迅的手迹，“鲁迅夫子，不晓得什么是休息，什么是娱乐。工作！工作！在死的前一天还在执笔……”读着这些含泪的文字不免感叹，心想鲁迅为什么总在呐喊就不晓得休息，把自己的生命之火只燃烧到55岁就戛然而止？我还想到，他那杆如椽巨笔所“划”出来的历史波澜，承载了多少中国人的沉重和哀求！

大凡天资聪颖的人总会透露出些许灵气，小杨便是。大三时就在一次服饰设计大赛上夺得二等奖的他，无论是呈交的作品，还是与面试官的交流都有独特表现。额前蓄着少许刘海，后脑勺扎着马尾辫，一款红蓝彩条围巾“盘根错节”垂在胸前，90后小伙子便是以这样的艺术造型来应聘设计师。人事部经理与设计总监大苗相互使了个眼色，几乎同时给出了OK。

鞋设计一般是伏案操作，小杨画鞋却常常喜欢站着，将画板支在画架上，4B铅笔刷刷游走在纸板上勾勒各种线条，他要追求的是更立体的视觉效果。画到得意处，捋捋刘海，头发甩甩，“马尾巴”在脑后晃悠悠，洋洋洒洒。这是他心目中的画家形象。想成为一名画家，一幅画价在几十万元的那种，一直是他心中美好的梦想。但他也明白，梦想不可能一蹴而就，要想成为“家”，须得从“匠”做起，解决生存是前提条件。然而，他又把“匠”看得过于简单平庸，觉得一个要成为“大家”的人，每天画鞋实在是顺手拈来小菜一碟，无非是为了混口饭而已。

第一批设计画稿出来，技术科的师傅摇摇头，这孩子款式画得很美，比例太不靠谱了，这种鞋只能看不能穿。工艺科的师傅嘀咕道，小伙子配色不错却不懂材质，这种材料用在口门上，根本就不合适，缝制时会绽裂的……种种议论，对于一个新人原本是正常的，但小杨不屑，甚至反话：T型台上的服装有很多不靠谱，难道你们没感受到其中的艺术美吗？大苗正色告诉他，鞋是艺术和实用的产品，服装可以在台上秀，鞋不靠谱是要在台上摔的，所谓皮之不存毛将焉附，不能穿的鞋又谈何美感？小杨不言，只是笑笑。

只讲唯美，不注重实用效果，这是做鞋人的大忌。大苗看到了小杨的问题，于是让他下车间学做鞋。只踩了两

天机子的小杨又回到了设计室，说，做鞋没感觉，他是来画鞋的。大苗说，达芬奇画人物惟妙惟肖，你可知他曾解剖过多少尸体，画过多少人体骨骼图？凡大师级的人物无不都是从源头做起。小杨听了，不置可否，依然我行我素。大苗有意让他去商场站一天柜台，对他说，每一个顾客都是“脚模”，仔细倾听他们的意见，对设计人员大有裨益。小杨去了，只站了半天的柜台，下午就

不见了踪影。回来告诉大苗说卖鞋没意思，他去其他柜台看鞋款找灵感去了。大苗哭笑不得，好些事情都是触类旁通的，你可知带轮子的拉杆箱不是设计师发明的，恰恰是推销员发明的，销售过程本苗就在启发灵感，怎么会没意思？大苗的这些道理，想必小杨该懂，可他偏偏很自我，只想做自己喜欢的事情。却不晓得灰姑娘要吻一百个青蛙才能吻到她心爱王子的道理。

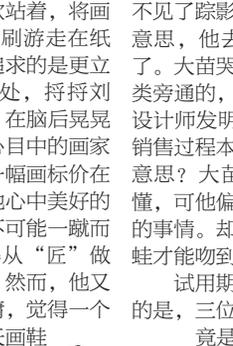
试用期满，各部门评分，出人意料的是，三位新人中，两人留用，淘汰的竟是起先最被看好的小杨。小杨怔住了，他自以为才华出众、顺手拈来，他想说几句不在乎的话，但翕动着嘴唇，终究还是没说出来了。一个想成为画家的人，居然，连画鞋人家也不要。让他情何以堪？

离职的那天，大苗不在，小杨也做了一件出人意料的事，他向设计科的每位同事分发了两颗金灿灿的费列罗巧克力，感谢这些曾经帮助过他的人，在大苗的QQ里发了一封信，其中写道：突然意识到自己是身在福中不知福，不知以后是否还能遇到像您这样肯栽培我的人，感谢您的教诲，感谢这段经历。画鞋，让我懂得了什么叫脚踏实地……

小杨走了，竞争性的企业等不及一个孩子的醒悟，青春美好，人生却是一张单程票，经不起任性的“自我”挥霍，懂得这样的道理，想必，他会珍惜今后的人生。

感谢经历

周珂银



中不幸罹难。巨大的痛苦吞噬着我们每个人的心，可是为了抚慰我们，为了支撑这个家，母亲选择了压抑痛苦，在儿女们面前，她始终带着坚强、自信的表情，从未在我们面前流泪痛哭。直到五年前母亲过世，当我们整理她的遗物时，才发现她的钥匙圈上，挂着小弟弟当时最喜欢的一个小物件——一把指甲钳。这样一件小小的物品，竟然随着她走过了三十多年的春秋而不曾失落。现在想来，她心中的思念该是多么沉重，她当时的心情，该是多么痛啊！

因为母亲的干练坚强，使得我们时常忘了，她也只是个平凡的女人，



从少年路走出来的导演

戚才耕

路”，以资纪念和褒奖少年宣讲团对社会的贡献。

少年宣讲团每队由七名成员组成，设有正副队长、参谋长各一名，下属四名队员。团队以队长的名字命名，应云卫队也被命名为云卫队。云卫队充分运用滑稽剧、哑剧等形式举办化妆讲演，由于诙谐有趣、寓教于乐，每次都能吸引大批观众。天下兴亡，匹夫有责，应云卫乐此不疲。少年宣讲团给这位自幼得到家传，熟悉京剧、昆剧、苏滩创作和表演艺术的少年提供了一个天地，随遇一事情，应云卫就能够信手进行创作编排，所唱演的场面虽然不大，但内容气势大，而且新颖，与以往充满学生腔的宣讲相比，云卫队的化妆宣讲可谓魅力独特，很受人们的欢迎。

1921年冬，应中华职业学校黄炎培的邀请，应云卫等人在上海创立了我国早期著名的业余话剧团体“上海戏剧社”，应云卫成为剧社的领导人之一，该剧团曾演出过莎士比亚的名剧《威尼斯商人》这样的大戏。这样他就正式步入了戏剧和电影的大千世界：导演了戏剧《怒吼吧！中国》、《大地回春》、《屈原》等；电影《桃李劫》、《时势英雄》、《生死同心》、《八百壮士》、《塞上风云》等，这些作品，成为中国戏剧和电影的经典之作。

在上海老城厢西华弄至黄家阙路有一条少年路，它全长不到百米，然而就在这条不起眼的小路上，走出了一位导演——应云卫。

今年是应云卫诞辰110周年。16岁的应云卫辍学后，先后在美国慎昌洋行和华商轮船公司学生意。工作之余他还是坚持到八仙桥青年会夜校去念书。在夜校里他结识了一些志同道合的朋友。不久他就与孟君谋、钱汝霖、程泽民(日后他妹妹程梦莲成为应云卫的夫人)等参加了上海少年宣讲团，并组织了一支化妆宣讲团。就这样，应云卫白天在洋行做差使，夜晚就经常到少年化妆宣讲团登台宣讲。

上海少年宣讲团，是由汪龙超等人发起成立于1912年1月1日，以“天下兴亡，匹夫有责”为口号，以改良风俗、开展社会教育为己任，力图通过宣讲活动来唤醒广大群众的爱国热忱，希望国家强盛，不受外侮。1917年开始组织化妆演讲部，表演音乐、幻灯、歌舞、国技，以增加宣传对象的兴趣。

少年宣讲团的活动得到了社会各界的好评和支持，1921年春，南市工巡局把团所南面的一条小路命名为“少年

鲁迅故乡

李京南

多年未去绍兴了，这次去小游两天。我们住在邻近鲁迅故居的咸亨酒店，客房墙上挂着放大的鲁迅手稿《藤野先生》，长桌上竖着一排有关鲁迅和绍兴的图书，鲁迅文化跃入眼帘伸手可及。在酒店客房部的隔壁，是三味书屋毗临小河，有石桥相通，站在石桥上能看到小河中停泊的乌篷船，还有戴着毡帽的船老大在悠然划桨，把狭窄的水面划出了悠长的风情。

距三味书屋不远，就是鲁迅纪念馆，馆内有许广平写给亡夫鲁迅的手迹，“鲁迅夫子，不晓得什么是休息，什么是娱乐。工作！工作！在死的前一天还在执笔……”读着这些含泪的文字不免感叹，心想鲁迅为什么总在呐喊就不晓得休息，把自己的生命之火只燃烧到55岁就戛然而止？我还想到，他那杆如椽巨笔所“划”出来的历史波澜，承载了多少中国人的沉重和哀求！



她也会衰老、柔弱、病痛……母亲，女儿最痛悔的，是在您生命的最后阶段，却疏忽了对您的照顾，这是我永远无法赎罪的悔恨。多少次午夜梦回，多少次泪洒枕巾，只能留下这满纸的思念和追悔……

提笔之时，泪洒墨痕。此时此刻，满眼都是母亲当年那坚强的笑容，母亲，我们永远怀念您！

元宵灯谜

江更生
辛亥之前皆帝制
(国名)
昨日谜面：一纸飞鸿
(二字常用词)
谜底：简单
(注：飞鸿、简、信、单、一)

